

ACTIVITATS DE FORMACIÓ

CURS 2026/27

ACTIVITAT	DÍES	HORARIS	PROFESSOR/A	QUOTA COMPLEMENTÀRIA
ACTIVA'T				
Estiraments per a gent gran	Dilluns, Dimecres i Divendres	09:30 a 10:30h	Julieta	65'00€
Pilates (iniciació)	Dilluns, Dimecres i Divendres	10:30 a 11:30h	Julieta	65'00€
Body Fusió (pilates, estiraments i ioga)	Dilluns, Dimecres i Divendres	11:30 a 12:30h	Julieta	65'00€
Esquena Sana	Dilluns, Dimecres i Divendres	12:30 a 13:30h	Julieta	65'00€
Gimnàstica de Manteniment	Dimarts i Dijous	09:30 a 10:30h	Julieta	50'00€
Hatha ioga	Dimarts i Dijous	10:30 a 11:30h	Julieta	50'00€
Ioga Dinàmic (intensiu)	Dimarts i Dijous	11:30 a 12:30h	Julieta	50'00€
Hipopressius	Dimarts i Dijous	12:30 a 13:30h	Julieta	50'00€
Pilates (iniciació) Grup I	Dimarts i Dijous	15:30 a 16:30h	Sonia	50'00€
Pilates (iniciació) Grup II	Dimarts i Dijous	16:30 a 17:30h	Sonia	50'00€
Pilates (mitjà)	Dimarts i Dijous	17:30 a 18:30h	Sonia	50'00€
Hatha ioga	Dimarts i Dijous	18:30 a 19:30h	Sonia	50'00€
Hatha ioga	Dimarts i Dijous	19:30 a 20:30h	Sonia	50'00€
Zumba	Dilluns i Dimecres	17:00 a 18:00h	Isabel	50'00€
AFG (acondicionament físic general)	Dimarts i Dijous	17:30 a 18:30h	Isidro	50'00€
Meditació i Relaxació	Divendres	17:00 a 18:00h	Mouiment	40'00€
Memòria Activa	Divendres	17:00 a 18:00h	Diana	Gratuit
RELACIONA'T				
Ball en Línia (iniciació)	Dilluns	18:30 a 19:30h	Carmen	40'00€
Ball en Línia (mitjà)	Divendres	19:30 a 20:30h	Carmen	40'00€
Ball en Línia (avançat)	Dilluns	19:30 a 20:30h	Carmen	70'00€
Ball de Saló	Dimecres	18:30 a 19:30h	Carmen	70'00€
Sevillanes (avançat)	Dilluns	20:30 a 21:30h	Antonia	80'00€ (Per Parella)
Sevillanes (iniciació)	Dimecres	19:30 a 20:30h	Silvia	40'00€
Ball Mallorquí	Dimecres	20:30 a 21:30h	Silvia	40'00€
Teatre Ses Veles	Dimarts i Dijous	20:30 a 21:30h	Dolors	50'00€
Ruta Saludable	Dissabte	10:30 a 12:30h	Lina Mira	75'00€
	Dimarts i Dijous	10:00 a 11:00h	Esment	Gratuit
CREA'T				
Pintura	Dimarts	17:00 a 19:00h	Margalida	50'00€
Pintura	Dimecres	18:00 a 20:00h	Margalida	50'00€
Brodats	Dimarts	18:00 a 20:00h	Joana	50'00€
Manualitats	Dijous	18:00 a 20:00h	Loli	50'00€
Guitarra (iniciació)	Dimecres i Divendres	18:00 a 19:00h	Clara	50'00€
Guitarra (mitjà)	Dimecres i Divendres	19:00 a 20:00h	Clara	50'00€
Aprèn a fer Neules decoratives	Dilluns	18:00 a 20:00h	Loli	50'00€
Aprèn a utilitzar la màquina de cosir	Dimarts	10:00 a 12:00h	Loli	50'00€
FORMA'T				
Italià (iniciació)	Dilluns	17:00 a 18:00h	Carlo	40'00€
Italià (mitjà)	Dilluns	18:00 a 20:00h	Carlo	50'00€

Organitza:



✉ info@avsesveles.com

📍 Joan Alcover, 28- Palma
(lloc on s'imparteixen les activitats)

🌐 www.avsesveles.com

📱 @avsesveles

En la primera inscripció, s'haurà d'abonar 20 € en concepte de quota de soci de l'associació que organitza aquestes activitats. Tots els tallers estan adreçats a persones majors de 16 anys, i Teatre a partir de 18 anys. L'Associació de Veïns es reserva el dret de suspendre les activitats si no hi ha un mínim de participants, així com de modificar els horaris si fos necessari.